

# 자립준비청년 내담자의 심리상담 경험에 대한 내러티브 탐구\*

이정우\*\* · 이소연\*\*\*

## I 알기 쉬운 개요

자립준비청년이란 아동양육시설, 공동생활가정, 가정위탁 등의 보호를 받다가 만 18세 이후 보호가 종료되어 홀로서기에 나서는 청년들을 말한다. 자립준비청년은 일반 청년보다 더 이른 나이에, 지지자원이 부족한 채 자립에 나서게 되면서 자립과정에서 다양한 심리·정서적 어려움을 경험할 수 있다. 최근 자립준비청년의 심리·정서적 어려움에 대한 사회적 관심이 증가하고, 관련 지원 제도의 확대가 논의되고 있으나 아직 기초적인 수준으로, 자립준비청년의 안정적인 정서적 자립을 돕기 위한 실효성 있는 심리상담 지원 서비스와 정책 지원의 방향을 모색하는 것이 매우 중요하다고 할 수 있다. 이를 위해 본 연구에서는 보호종료 후 여러 번 심리상담을 경험한 자립준비청년 3명의 상담 경험을 심층적으로 살펴보았다. 특히 자립준비청년의 삶의 여정 속에서 상담에 진입하는 과정의 어려움과 상담 장면에서의 구체적인 경험, 상담 후에 삶을 살아가는 모습을 깊이 있게 들여다보고, 그 의미를 이해함으로써 실질적인 지원방안을 논의하고자 하였다. 본 연구 결과는 자립준비청년의 삶에서 심리상담이 어떻게 경험되고, 어떤 의미를 갖는지에 대한 이해의 틀을 제공함으로써, 이들을 위한 심리·정서 지원 정책의 개선 및 관련 현장 영역에서 유용한 자료로써 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

\* 본 논문은 2022년 초록우산 어린이재단의 지원을 받아 진행되었으며, 연구보고서를 수정 및 보완한 내용을 담고 있음.

\*\* 숙명여자대학교 아동복지학부 박사수료, 제1저자  
leejw@sookmyung.ac.kr

\*\*\* 숙명여자대학교 아동복지학부 교수, 교신저자  
leesy@sookmyung.ac.kr

투 고 일 / 2023. 6. 8.

심 사 일 / 2023. 6. 30.

심사완료일 / 2023. 8. 8.

## I 초록

자립준비청년의 심리·정서적 자립 지원에 있어 심리상담 지원 방향을 모색하기 위해, 본 연구는 보호종료 후 심리상담을 경험한 자립준비청년의 경험을 심층적으로 이해하고자 하였다. 이를 위해 보호 종료 후 2회기 이상의 심리상담 경험이 있는 자립준비청년을 모집하였으며, 가정위탁 보호 종료 후 다수의 심리상담 경험이 있는 자립준비청년 3명을 대상으로 비구조화된 심층 면담을 실시하였다. 면담은 2022년 7월부터 12월까지 6개월간 진행되었다. 자료 분석은 Clandinin과 Connelly가 제안한 내러티브 탐구 절차에 따라, 연구자가 연구참여자로부터 면담한 내용을 녹음하고 이를 전사한 후 연구텍스트를 작성하여 최종적으로 분석하였다. 그 결과, <허덕이는 일상의 벼랑 끝, 어떻게든 버텨내기 위해 나를 돌 곳을 찾아 헤매다>, <두렵고 아프지만 느껴야 치료될 수 있음을 깨닫는다>, <관계에서의 상흔이 상담관계에서 반복되다>, <온전한 내 편이자 거울인 상담자와 함께 관계와 나를 알아나간다>, <단단하게 뿌리내린 나를 돌보고 의지하며, 의미가 있는 삶을 향해 여정을 계속하다>의 5가지 주제가 도출되었다. 참여자들은 극도의 외로움과 일상의 어려움 속에서 마음 돌 곳을 찾아 상담실을 방문했고, 온전히 내 편인 상담자와 관계를 맺으며 자기에 대한 이해 및 상처를 회복해 나갈 수 있었다. 그리고 연구에 참여하며, 자신의 경험을 이야기하고, 또 다시 이야기하는 과정을 통해 자기 삶에 대한 열의와 끈기를 확인할 수 있었고, 이 힘은 삶에 대한 의지를 갖게 하는 좋은 연료가 되었다. 이와 같은 연구 결과를 바탕으로 자립준비청년 심리·정서 지원방안 및 상담 현장에서의 시사점을 논의하였다. 본 연구는 자립준비청년이 각각의 삶의 여정 속에서 상담에 진입하게 되는 과정, 상담 중의 경험, 상담 종결 후의 모습을 깊이 있게 들여다보고 그 의미를 이해함으로써 자립준비청년을 돕기 위한 실질적인 지원방안을 논의하였다는 데 그 의의가 있다.

주제어: 가정위탁, 보호대상아동, 자립준비청년(보호종료아동), 심리상담, 내러티브 탐구

## I. 서 론

아동복지법 제3조에 따르면 보호자가 없거나 학대, 빈곤 등의 이유로 보호자가 아동을 양육하기 적당하지 않은 경우의 아동을 보호대상아동이라 칭한다. 이들은 평균적으로 11~12년 정도 보호를 받다가(이상정, 류정희, 김지연, 김무현, 정희선, 2019), 연령이 만 18세가 되거나 보호 목적이 달성되었다고 인정되면 보호기간이 종료되는데 이들을 보호종료아동이라 지칭한다. 정부는 보호종료아동 명칭에서 느껴지는 ‘보호가 종료되는’ 수동적인 의미가 아닌, 적극적으로 ‘자립을 준비하고 이루어 나간다는’ 의미를 담아 2021년 자립준비청년으로 용어를 변경하였고, 이에 더해 아동복지법 제16조의3에서 보호기간을 최대 만 24세까지 연장하고 지원방안을 확대하였다(보건복지부, 2021). 평균적으로 매년 2천 명 정도의 자립준비청년이 사회로 나오고 있는데(아동권리보장원, 2022), 이들이 자립하게 되는 시기는 후기 청소년기와 초기 성인기로 발달단계 상 자아 정체감 형성의 시기이며, 경제적 자립을 이루기 위해 자기를 이해하고 성찰하는 등 심리·정서적인 측면의 자립을 준비하는 시기이다. 자립준비청년의 자립은 일반 아동의 자립보다 시기적으로 빠르고 지지자원이 부족한 채 이루어져야 해서 다양한 어려움을 지닐 수 있어 이들을 돕기 위해 국가에서는 보호 종료 후 5년까지의 자립준비청년을 지원하는 ‘자립지원사업’을 실시하고 있다(아동권리보장원, 2023). 하지만 그간의 자립 지원 정책들은 주로 경제적, 주거 지원에 초점이 맞춰져 오며, 심리·정서적 자립에 대한 관심은 상대적으로 적었다. 현재 이루어지고 있는 심리·정서적 지원을 살펴보면, 2020년 아동권리보장원이 (사)한국상담심리학회와 연계해 자립준비청년을 대상으로 10회기의 심리상담을 제공하는 시범사업을 진행하며 심리·정서 지원에 관심을 갖기 시작하였다. 실제 10회기의 심리상담이 자립준비청년의 심리증상을 감소시키고, 자아존중감과 자아정체감을 향상시켰다고 보고되기도 하였다(최해연, 백지성, 2021). 정부는 청년 마음건강지원사업 연계를 통해 심리상담 서비스를 지원하고 있지만(아동권리보장원, 2023), 회기가 5~10회기 미만으로 제한되어 있고, 바우처 사업의 경우 자립준비청년을 우선 지원하는 정도여서 아직 지원체계가 초기 단계로 미흡하다.

국외의 경우, 자립준비청년이 사회에 진출하는 과정에서 물질적 지원뿐 아니라 정서적 유대와 멘토링의 중요성을 인식하고 강화해왔다(임혜현, 2022; 정정호, 좌현숙, 김지선, 2021). 영국은 자립 지원 대상자 개개인을 위한 상담자(Personal Advisor)를 통해 모든 자립준비청년이 만 25세가 될 때까지 개인 상담을 받을 수 있다. 미국은 자립준비청년이 자립하는 18세에서 21세 사이의 시기에 정서적으로 도움이 필요하다는 점을 강조해 복지사와 멘토 인력 강화를 지원하였으며, 일본은 아동상담소·보건소·교육기관·경찰로 구성된 ‘요보호아동대책

지역협의회’에서 각 지역별 특성을 고려해, 물질적 지원 등의 생활지원과 심리적 위험성 평가 및 멘토링 기준을 세분화하고 있다(임혜현, 2022). 이와 같은 선진국들의 정서적 지원 제도는 우리나라에도 영감을 주고 있다. 최근에는 자립준비청년이 보호 종료 후에 건강하게 자립할 수 있도록 심리상담과 일상생활 상담 등을 지원하고, 자립지원 대상자마다 전담상담사를 배정하여 안정적인 자립지원이 가능하도록 돕는 ‘자립준비청년미래설계지원법’(아동복지법 개정안)이 발의되는 등(김진수, 2023), 국가가 이들의 부모로서 역할하기 위한 제도적인 부분을 강화해나가고 있다. 이러한 상황에서 보다 실효성 있는 지원이 이루어지기 위해서는 자립준비청년의 특성을 고려하여 개인적 욕구와 심리·정서적 어려움을 충분히 반영하는 것이 필요하다(제철웅, 장영인, 2019).

자립준비청년이 갖는 특수성과 복합적인 어려움은 다른 초기성인 내담자들과 다를 수 있다. 자립준비청년의 자립 경험과 그들이 겪는 심리·정서적 어려움에 대한 선행연구를 검토해 보면, 자립준비청년들은 자립 과정에서 의지할 곳 없는 외로움, 수많은 선택의 상황에서 정작 자신이 무엇을 원하는지 알 수 없는 막막함, 조건적인 인간관계 경험에서 비롯된 의미 있는 관계 맺기의 어려움을 보고하였다(김미영, 최정숙, 2022; 이슬기, 양성은, 2019; 정익중, 김주현, 2019; 황종인, 김장희, 2021). 또한 자립준비청년은 원가족과의 관계에 대한 불편감을 비롯해 시설이나 결손 가정 출신이라는 낙인감, 편견, 차별로 인해 외로움, 분노, 불안, 자신감 상실, 생계유지에 대한 경제적 부담으로 잦은 스트레스와 에너지 소진, 우울 등 심리·정서적으로 다양한 어려움을 보이고 있다(권지성, 정선옥, 2009; 이정애, 정익중, 2020; 이태연, 최은숙, 이세정, 2019; 정정호 외, 2021). 특히나 자립준비청년이 보호종료예정 아동보다 삶의 만족도가 더 낮고, 공격성이나 우울, 불안, 정서 조절의 어려움을 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타나 보호체계 내에 있는 아동보다 심리·정서적으로 더 취약한 것으로 보고되었다(정정호 외, 2021). 또한 권지성과 정선옥(2009)의 연구에서 자립준비청년이 가지고 있는 친부모에 대한 감정의 해소는 초기성인의 자립을 위해 중요한 부분임을 지적하였고, 박혜지와 이정화(2020)는 친부모와의 심리적 분리를 다루어주는 것이 필요하다고 하였다.

이러한 선행연구 대부분이 자립준비청년의 특성을 고려한 전문적이고 지속적인 심리상담의 필요성을 제언하고 있다. 자립준비청년이 부모로부터 받은 학대와 방임, 가정에서의 분리된 경험은 아동기 외상 중에서도 애착 외상에 해당하고, 자기 비난이나 수치심이 내면화되어 이후 타인과 신뢰 관계를 형성하는 능력이 취약해지는 등 그 문제가 더욱 복잡하고 심각할 수 있어 심층적인 심리상담의 필요성이 강조된다(정명희, 김명찬, 2018; Allen, 2020). 자립준비청년이 성장하며 형성해온 성격적·관계적 특성을 고찰했을 때, 자립준비청년의 심리상담은 다른 초기성인 내담자들과 상담 장면의 진입과 상담에서 주로 다루게 되는 내용, 그 과정 등에 차이가 있을 수 있음을 짐작할 수 있으므로 자립준비청년의 심리상담 경험에 대해 상세

히 연구될 필요가 있다. 특히 자립준비청년이 자립 후 받은 상담에서 어떠한 경험을 하고 있는지 자세히 살펴봄으로써 자립준비청년의 보다 안정적인 정서적 자립을 돕는 실효성 있는 심리상담 지원 서비스와 정책 지원이 논의될 수 있을 것이다.

지금까지 자립준비청년의 심리상담에 대해 탐색한 연구는 심리상담의 효과성과 관련한 양적 연구가 수행된 바 있다(최해연, 백지성, 2021). 연구 결과, 10회기의 상담이 자립준비청년의 우울·불안과 같은 심리증상을 감소시키고, 자아정체감 및 자아존중감을 향상하는 데에 도움이 됨을 밝혀, 자립준비청년에 대한 상담의 유용성이 확인되었으나, 자립준비청년이 그 과정에서 무엇을 경험하였는지 구체적이고 맥락적인 내용을 파악하는 데는 한계가 있다. 자립준비청년의 심리상담 경험에 관한 직접적인 연구를 찾기 어려워, 관련 보고서 및 자립 경험을 질적으로 살핀 연구 결과들에서 심리상담 관련한 내용을 살펴보면 다음과 같다. 자립준비청년의 자립 욕구 조사 보고서에서 자립준비청년은 심리상담 및 정신과 비용 지원에 대한 욕구가 높은 것으로 나타났으나(이상정 외, 2020), 보호 체계 내에 있을 때보다 심리상담의 혜택을 받지 못해 시의적절하게 도움을 받지 못하는 것으로 파악되었다(이정애, 정익중, 2020). 또한 자립준비청년이 보호기간 중에 받은 ‘도움이 되지 않았던 상담 경험’이 보호 종료 후 상담 참여에 부정적 영향을 주며, 자신의 심리·정서적 어려움을 해묵은 문제로 느껴 일시적 상담으로 해결하기 어려운 일이라고 생각하거나, 자신의 깊은 이야기를 꺼내는 것에 대한 두려움 때문에 상담을 꺼리기도 한다고 하였는데(정정호 외, 2021), 여전히 상담에 진입하게 되는 과정이나 이러한 불편감이 상담에서는 어떻게 경험되는지 파악하기 어렵다. 상담이 필요하면 서도 상담에 대한 과거 부정적 경험으로 인해 상담을 선뜻 시작하지 못하거나 망설이는 자립준비청년의 상담 접근 가능성을 확장하기 위해서는 어떤 과정을 통해 상담받게 되었는지 또는 상담받지 않았다면 어떤 과정을 겪었는지에 대해 그들의 입장에서 경험을 수집하는 일이 필요하다. 지금까지 주로 진행됐던 실태 파악 식의 연구방식에서 더 나아가 이들이 상담 기관을 찾게 되는 과정까지도 포함해 생생한 경험을 수집하고 분석하는 질적 연구 방식의 필요성이 제기된다. 이에 연구자는 자립준비청년의 상담 경험을 탐색하기 위해서는 단순히 ‘상담 첫 회기부터 종결 회기까지인 상담 과정’만을 살피는 것이 아닌, 이들의 삶의 맥락을 따라가서 상담에 진입하게 되는 시작 과정에서부터 상담 중의 경험, 상담 후에 생긴 변화까지 살펴보는 것이 필요하다고 생각되었다. 특히나 상담은 일회성의 단편적인 경험이 아닌 내담자가 생을 살아가다 특정 시점에 그간의 삶의 경험과 현재, 그리고 미래의 연결 선상에서 상담자와 여러 번 깊은 만남을 나눈 뒤, 다시 삶을 살아가는 복합적인 일련의 과정이다. 이에 자립준비청년의 상담경험이 상담장면의 진입에서부터 시작과 종결, 그리고 그 후의 삶에 이르기까지 자립준비청년의 삶에서 어떻게 경험되는지를 연속적인 흐름 가운데 이해하고, 그 의미를 발견하고자 한다. 시간의 흐름과 맥락에 대한 고려를 바탕으로 하는 내러티브 탐구는 참여자들의 고유한

체험된 이야기를 탐색하는 데에 적절한 연구 방법이라 판단된다. 본 연구의 연구 퍼즐<sup>1)</sup>은 “자립준비청년의 삶에서 상담 경험은 어떠하며, 그 의미는 무엇인가?”로 설정하고 Clandinin과 Connelly(2007)의 내러티브 탐구방법론을 활용하여 진행하였다.

## II. 연구 방법

### 1. 내러티브 탐구

내러티브 탐구는 교육 분야 사상가인 John Dewey에 의해 영향을 받은 연구 방법으로 개인의 경험에 관심을 갖고 그 경험을 이해하려고 노력하는 데 초점을 두는 탐구방식이다 (Clandinin, 2015; Clandinin & Connelly, 2007). 이는 개인의 이야기화된 경험(storied experience)을 시간적 흐름과 상황 및 맥락에 대한 고려를 바탕으로 탐구하는 연구 방법으로 (홍영숙, 2015), Clandinin과 Connelly(2007)는 시간성, 사회성, 장소성의 3차원적 탐구지점을 제안하였다. 시간성은 과거, 현재, 미래로 이어지는 시간의 연속선상 안에서 서로 영향을 주고받으며 경험이 형성된다는 것을 의미한다. 사회성은 개인 내적 조건과 사회 외적 조건 간의 상호작용에 의해 경험이 형성되며, 이에 경험을 연구하는 내러티브 탐구 과정에서는 참여자의 내적 조건과 함께 이를 둘러싸고 있는 외적 환경이 어떻게 작용했는지 들여다볼 필요가 있다는 것을 의미한다. 마지막으로 장소는 탐구나 사건이 일어나는 구체적·물리적 장소를 의미하는데, 경험이 형성되는 장소의 영향을 고려하며 경험을 탐구해야 함을 의미한다. 이에 본 연구에서는 이러한 3차원적 탐구 공간 안에서 연구참여자들의 삶의 연속적인 흐름을 따라가며 이들이 경험한 상담 경험을 상황적 맥락과 장소적 특성을 고려하여 이해하고 의미를 발견해 그들의 이야기를 재구성하고자 한다. 본 연구에서는 Clandinin과 Connelly(2007)가 제시한 연구 절차를 참고하여 다음의 5단계로 구성하여 내러티브를 탐구하였다.

#### 1) 현장으로 들어가 존재하기

연구자는 10년 차 상담자로서의 직업적 정체감을 가지고 있다. 임상 장면에서 보호대상아동과의 상담 경험이 약 24차례 있으나 자립준비청년을 만난 경험은 없었다. 이에 자립준비청년의 삶의 경험을 그들의 시선과 맥락에서 이해하고 관계 맺을 수 있을지에 대한 부담감이

1) 홍영숙(2015)은 내러티브 탐구의 구성주의적이고 다중적인 면을 전달하기 위해 연구문제(question)라 하지 않고, 연구 퍼즐(puzzle)이라는 용어를 사용하기를 제안하였다.

있었고, 연구자의 상담자로서의 선행경험이 야기할 수 있는 자립준비청년에 대한 편견이나 감정적 동조가 연구에 영향을 미칠 수 있음을 고려하여 연구자의 주관성을 최대한 배제하려 노력하였고, 상담자가 아닌 연구자로서의 역할 간 분리를 하고자 하였다. 특히 참여자의 삶의 이야기를 함께하며 때로 깊은 감정적 탐색을 하고 싶은 마음이 들거나 돕고 싶은 마음이 들 때 이러한 내면의 욕구를 알아차리고자 노력하였다. 이를 위해 면담을 마친 후에 공동연구자와 반복적으로 의논하였고, 다음 면담 전에 자문가에게 면담 내용에 대해 검토받기도 하였다. 질적 연구에서는 연구자로서의 준비가 중요하므로 본 연구자는 질적연구방법론 대학원 수업 및 질적연구 분석, 내러티브 탐구방법론 워크숍을 수강하였고, 관련 서적과 연구물을 읽으며 준비하였다. 참여자는 유의 표집 방법으로 선정하였고, 기준은 다음과 같다. 첫째, 접수면접을 포함한 단회기 상담의 경험부터 중장기 상담의 경험까지 다양한 상담 경험을 살피기 위해 보호 종료 후 2회기 이상의 심리상담을 경험하였으며, 둘째, 상담 과정에 대한 경험을 회상하는 데 어려움이 없도록 상담 종결 후 1년이 넘지 않은 자립준비청년을 대상으로 하였다. 연구참여자는 관련 커뮤니티 및 단체, SNS, 한국상담심리학회 게시판에 모집 공고문을 공유하여 모집하였다. 신청자 5명 중 선정 기준에 부합하지 않은 2명을 제외한 3명을 선정하여 연구를 진행하였다. 참여자들의 일반적 특성을 표1에 제시하였으며 개인정보 보호를 위해 가명으로 표기하였다.

표 1  
연구참여자의 특성

| 참여자(가명) | 성별 | 연령    | 학력 | 직업  | 보호유형     | 상담 경험   |
|---------|----|-------|----|-----|----------|---|
| 박희진     | 여  | 만 26세 | 휴학 | 학생  | 친인척 위탁가정 | (1) 만 26세 사설상담센터 30회기 진행중<br>(2) 만 23세 대학 학생상담센터 15회기 종결<br>(3) 만 22세 대학 학생상담센터 15회기 종결<br>(4) 고등학교 학교 상담실 회기 수 불명확 |
| 김지수     | 여  | 만 23세 | 휴학 | 학생  | 대리 위탁가정  | (1) 만 23세 청소년상담복지센터 4년 종결<br>(2) 만 22세 사설상담센터 10회기(비대면) 종결<br>(3) 만 22세 사이버 상담, 1년 종결<br>(4) 고등학교 위클래스 회기 수 불명확     |
| 최영아     | 여  | 만 29세 | 대졸 | 회사원 | 친인척 위탁가정 | (1) 만 29세 사설상담센터 10회기 진행중<br>(2) 만 28세 사설상담센터 5회기 종결<br>(3) 만 20세 대학 학생상담센터 2회기 중도종결                                |

## 2) 현장에서 현장텍스트로 이동

면담은 2022년 7월부터 12월까지 6개월간 진행되었다. 참여자와의 첫 전화 통화 시 연구 참여에 대한 동의를 구두로 받은 후에 첫 대면 만남에서 참여자에게 연구의 주제와 연구

방법에 대한 개괄적인 설명을 한 후 서면 동의를 받았다. 자료의 수집은 연구자 1인과 면대면 인터뷰가 주를 이룰 것이며 이는 녹음되며 수집된 자료를 바탕으로 학술지의 출판이 이루어질 수 있음을 설명하였다. 면담은 각 참여자당 총 5~6회씩, 회당 1시간 30분~2시간 정도 소요 되었고, 대화는 참여자의 거주지 근처 스튜디오에서 이뤄졌다. 본격적인 면담 이전에 간단히 소소한 일상 이야기를 나누었고, 비구조화로 진행되었다. 면담 질문 구성을 위해 연구자는 참여자들과의 본격적인 면담 전 사전 조사를 목적으로 보호종료 후 상담 경험이 있는 자립준비청년 1인과의 면담을 수행하였다. 연구자가 연구 목적과 관련하여 선행연구 및 문헌을 고찰한 후 정리한 질문지를 공유하고, 답을 들으며 보다 구체적인 질문지를 구성하였다. 이후 질적 연구 전문가에게 질문의 구성이 적절한지 검토받았다. 이로써 구성된 질문지는 ‘상담 진입까지의 삶의 경험과 과정’, ‘상담에 대한 기대나 동기, 상담 목표’, ‘상담 과정에서의 경험: 도움 된 것/도움 되지 않은 것과 이에 영향을 미친 요인 등’, ‘상담자와의 관계 경험: 기억나는 상담자의 말이나 태도, 말하기 어려웠던 주제 등’, ‘상담의 종결 과정과 종결 후의 삶: 종결/중도종결 결정 과정, 종결 후 변화한 것/변화하지 않은 것과 이에 영향을 미친 요인 등’으로 정리되었다. 원활한 심층면담을 위해 질문지를 개발하여 준비하였으나, 참여자의 자유로운 이야기를 보장하기 위해 질문지를 너무 자세히 작성하지는 않았다. 이에 첫 번째 면담에서는 참여자들이 삶의 전반에 대하여 이야기할 수 있도록 ‘살아온 이야기를 자유롭게 들려 달라.’하였고, 두 번째 면담부터는 개발해둔 큰 질문 구성을 염두에 두고 ‘상담 경험에 대해 들려 달라.’한 후 참여자의 대답을 자연스럽게 따라갔다. 참여자의 이야기를 함께 따라가며 필요한 경우에 더 심층적으로 질문하였고, 구체적인 상담 장면을 떠올리지 못하는 참여자에게는 ‘영화를 찍듯이 멀리서 바라본다 생각하고 장면을 머릿속에 이미지로 그려보면서.. 상담실을 처음 갔던 날부터 떠올려볼까요, 어떤 것들이 기억나나요?’와 같은 질문을 통해 참여자가 구체적인 장면을 떠올릴 수 있도록 도왔다. 추가적인 면담은 참여자의 상황이나 면담의 내용에 따라 참여자들마다 다르게 진행되었다.

### 3) 현장텍스트 구성하기

현장텍스트는 면담 내용을 전사한 면담 자료를 주되게 사용하였다. 연구자가 녹음 파일을 전사하면서 면담의 분위기나 참여자의 톤, 표정 등을 함께 작성하였고, 놓친 내용이나 궁금한 부분은 다음 면담 때 확인하였다. 그 외에도 참여자와의 통화, 문자나 면담을 마치고 연구자가 작성한 현장노트, 연구자의 연구일기, 참여자들이 제공해준 여러 개인적 기록물 등을 사용하였다.

#### 4) 현장텍스트에서 연구텍스트로

현장텍스트에서 연구텍스트로의 이동은 반복적인 순환적 과정을 통해 이루어진다. 내러티브 탐구는 단편적인 주제어에 초점을 두기보다 참여자의 경험을 맥락적으로 이해하는 과정이므로 참여자들의 전체 삶의 맥락 안에서 각각의 상담 경험을 잘 드러내어 줄 수 있는 주제들을 찾고자 하였다. 이에 일차적으로 각 참여자에 대한 개별적인 분석을 하였고, 그 결과를 공동연구자 간 논의를 통해 각 참여자에 관한 특성을 충분히 이해하려 하였다. 이 과정에서 의미가 명확하지 않을 때 추가 면담을 실시하였다. 그 후 이차적으로 각 참여자에 대해 분석한 자료를 반복적으로 읽으며 공통적으로 드러난 사항이나 개별적인 사항을 메모하고, 마인드맵으로 구성해 연결 짓는 등의 작업을 통해 전체적인 내러티브를 시간의 흐름에 따라 삶의 이야기, 상담의 시작, 상담 후의 삶으로 구분하였다. 그리고 각 시기에 이들이 경험한 이야기들의 의미를 살피고자 하였다.

#### 5) 연구텍스트 작성하기

마지막 단계인 연구텍스트 작성하기에서는 연구주제와 관련된 이야기를 선별한 후 3차원적 내러티브 탐구 지점을 고려하며 이야기를 분석, 해석하고 의미를 구성하였다. 이 과정에서 참여자들에게 결과를 검토받은 다음, 이를 다시 연구 결과에 반영하는 절차를 거쳤다. 연구자의 편견이 분석 결과에 영향을 미치지 않게 하려고 공동 연구자 간 이메일, 전화 통화, 대면 논의를 지속해서 실시하였다. 또한 초기 연구 설계 단계에서부터 결과 분석 전반에 걸쳐 질적 연구전문가에게 자문받았으며, 분석 결과에 관해 내러티브 탐구 연구 경험이 있는 박사 1인에게 검토받았다. 주요 자문 내용이었던 ‘다양한 선행연구 결과와 상담 이론을 바탕으로 연구 결과를 설명하면 좋겠다.’와 ‘내러티브 탐구의 특색이 더 드러나도록 면담 중 연구자의 생각이나 변화, 참여자와 연구자 간의 상호작용이나 참여자의 표정과 머뭇거림 등을 생생하게 기술하면 좋겠다.’ 등의 의견을 반영하였다.

## 2. 윤리적 고려

내러티브 탐구는 참여자 자신이 삶의 경험에 대한 개인적 이야기를 공유하므로 윤리적 고려가 중요하다. 따라서 연구자는 참여자들의 윤리적 측면을 보호하기 위하여 다음과 같이 진행하였다. 첫째, 참여자 전원에게 연구 참여 동의서를 제공하고, 자발적 동의를 서면상으로 받아



연구자와 참여자가 1부씩 나누어 가졌다. 동의서에는 연구 주제와 목적에 대한 간략한 설명, 연구 참여에 대한 비밀 보장, 연구 참여에 따른 금전적 보상 등 윤리적 이슈를 구체적으로 제시하였고 이를 구두로 충분히 설명하였다. 둘째, 면담은 녹음됨을 사전에 알렸고, 연구를 위해서만 녹취록을 사용할 것이며, 익명으로 작성한 녹취록 파일은 암호화하여 연구자가 보관하다 연구가 종료되면 파기할 것임을 약속하였다. 또한 면담 시 응답이 불편한 점에 대해서는 대답하지 않을 권리가 있다는 점과 언제든지 연구 참여 중단을 요청할 수 있다는 점을 설명하였다. 셋째, 연구 결과물을 확인한 후 원치 않는 텍스트는 연구 자료로 사용되지 않도록 거부할 수 있음을 안내하였다. 자신을 추정할 수 있는 정보를 수정하길 바란 참여자의 의견을 반영하여 참여자의 내러티브에 본인 및 관련 인물들의 정보가 노출되지 않도록 연구 내용과 관련 없는 일부 정보는 참여자와 의논하여 각색하였다.

### III. 연구 결과

#### 1. 자립준비청년의 상담 경험 이야기

##### 1) 박희진의 이야기

##### (1) 어린 시절 이야기

희진은 1살 무렵 부모의 이혼으로 아빠와 단둘이 살게 되었고, 엄마는 몇 해 후 돌아가셨다. 아빠는 희진을 상가에 맡겨두고 일했다. 장사 일이 바쁜 어른들은 희진을 가게 안방에 홀로 두었고, 그 방에서 희진은 울다 잠들었다고 말하였다. 희진이 11살 되던 해, 아빠가 병으로 돌아가셨고 희진은 혼자가 되었다. 희진을 입양하길 원하는 가정이 있었지만, 큰아빠가 양육하겠다고 하면서 가정위탁이 시작되었다. 그곳에는 이미 4명의 자녀가 있었는데 희진이 함께 살기로 한 것에 대해 동의가 구해지지 않은 상태였다. 희진의 발길이 닿는 곳마다 가족 중 누군가를 불편하게 했고, 기본적인 생필품조차 사주지 않아 희진은 13살 때부터 아르바이트를 시작했다. 스무 살에 희진은 편지 한 장을 남겨두고 집을 나왔다. 그들과의 연을 빨리 끊고 싶은 마음뿐이었다. 살아오면서 희진은 자신이 어떤 상태인지 살피거나 마음을 돌볼 겨를이 없었다. 성인이 된 후, 꺾꺾 눌러뒀던 감정들이 점차 새어 나오기 시작했다. 희진은 다른 사람의 반응에 극도로 민감했다. 인상 찌푸림, 한숨, 말 한마디 한마디가 희진을 불안하게 했고, 버림받아 혼자가 되는 극단적인 생각의 스위치를 켜다. 감정조절이 안 되는 날이 갈수록 많아졌고 희진은 사람들과 있을 때 갑자기 눈물이 쏟아져 사회생활이 힘들었다.

## (2) 상담의 시작

### 울지 않는 것이 상담 목표

희진은 자신이 할 수 있는 여러 방법을 써봤지만, 소용이 없었다. 절박한 상황에서 학생상담 센터에 가면 상담을 받을 수 있다는 얘기를 들었다. 희진은 상담에서 입만 열면 눈물이 쏟아졌다. 그동안 눌러뒀던 울분을 실컷 쏟아내고 나오면 한동안은 견딜 수 있었다. 그런 자신을 바라보며 공감해주는 상담자의 말은 희진이 외면하고 부정했던 그간의 상처와 아픔들을 인정해주는 것 같았다. 하지만 막상 마음속 깊은 이야기를 꺼내기는 쉽지 않아서 대화를 뱅뱅 돌리고 회피하였다. 첫 번째 상담 종결 후, 희진은 사람들을 만날 때 우는 일이 줄어들게 되었지만, 여전히 수업이나 아르바이트 등 일과를 해나가는 것은 어려웠다. 결국, 학사경고를 받게 되고 1년 후 다시 상담센터를 찾았는데 희진은 두 번째 상담자와의 시간이 참 힘들었다. 일과를 잘 지키지 못하는 점을 변화시키고자 갔지만, 상담 시간도 지키지 못하는 경우가 많았는데 그럴 때마다 혼이 나는 느낌이었다. 예전의 자신이라면 상담에 가지 않고 연락을 끊었겠지만, 상담자에게 자기 상태를 설명하며 정해진 회기 수를 다 채운 것이 희진은 상담의 성과였다고 말하였다. 상담자에게 이해받지 못하고 평가받는 느낌에 대해 말하면서 희진은 면담 중 울컥하고 화를 내기도 하였는데, 그만큼 상처가 되었던 경험으로 남아있는 듯했다.

“원칙이 되게 중요하셨던 분이었던 것 같아요. 상담을 못 오면 이렇게 연락을 해줘야 된다. 근데 저는 그것조차도 안 될 때였는데 그래서 죄송해요 하면서 설명을 해도 너무 불쾌해하시고…. 그럼 이제 상담을 받으면서 제가 좀 기죽어 있고 그랬던 것 같아요…. 상담을 이어가고는 있었지만 되게 좀.. 어려움을 좀 많이 느꼈어요. 안 가는 거를 정말 정말 생각했었어요…”

### 비워지지 않는 쓰레기통을 들고 세 번째 상담자를 만남

희진은 문득 아침에 일어나자마자 홀로 있는 게 힘들어 혈레벌떡 짐을 챙겨 집을 뛰쳐나오는 자신의 모습이 마치 어린 시절 모습과 겹쳐 보였다. 그동안 내면의 많은 부분이 해결되었다고 생각했는데 자신이 마치 비워도 비워지지 않는 쓰레기통 같은 느낌이었다. 그 무렵 5회기 상담을 무료로 지원해 주는 서비스를 알게 되어 신청하였고, 세 번째 상담의 목표는 ‘회피하지 않기’였다. 희진은 그동안 현실을 살아가기 위해 어쩔 수 없이 차단하고 분리해야 했던 아스팔트 밑에 묻어둔 상처, 감정들을 꺼내서 다루고 싶었지만, 그 과정은 결코 쉽지 않았다. 희진이 과거의 힘든 경험을 이야기할 때 몸이 부들부들 떨리고, 숨이 빨라지다가 갑자기 아무렇지 않게 된 순간이 있었는데 이때에도 상담자는 서두르지 않고 천천히 희진의 상태를 살폈다. 그리고 희진의 증상을 이해하기 쉽게 설명해주었다. 희진은 그동안 자신이 제대로 아파하는 법을 배우지 못했음을 깨달았다. 희진은 상담 경험을 통해 비로소 자기 모습이 이해되기 시작

하였다. 때로 상담은 마치 트레이닝 시간 같았다. 조금의 부정적 자극에도 파국적으로 가버리는 생각들에 속수무책으로 무너져내렸던 희진은 논박하기를 배웠다. 그러면서 극단으로 가버리는 내 생각과 느낌이 사실과는 다르다는 것을 점차 깨닫게 되었다. 희진은 상담에서 배운 것을 일상에서도 반복해서 연습했다.

### 도움을 받는 서비스 수혜자가 아닌, 동등한 관계에서 내 의지로 하는 유료상담

세 번째 상담자와 지원받은 5회기 무료 상담이 끝난 후, 상담자가 희진에게 상담을 지속해서 받길 원한다면 최소한의 비용을 내며 상담을 지속하자고 제안했고 희진은 약간의 비용을 내며 유료 상담을 하고 있다. 무료 상담의 경우 끝이 정해져 있다 보니 차근차근 이야기를 꺼내고 다루기가 어려웠다. 하지만 상담비를 내는 상담은 그 끝을 내가 같이 정할 수 있어서 천천히 내 어려움의 근원부터 살필 여유가 있었다. 마치 뿌리부터 꺼내서 보는 기분이었다.

“5회기 받을 때는 그냥 모든 게 다 좋아질 수는 없지만, 그냥 조금이라도 나아지는 것 정도가 목표였다면 지금은 더 깊고 큰 의미로 저를 좀 돌보는 걸 생각하고 있는 것 같아요. 예전에는 상담받을 때 조금 열고 바로 덮고, 일상생활을 지켜내는 게 되게 중요했었는데 지금은.. 열고 안 닫고, 배짱을 부릴 수 있는 그게.. 지금 상담이 없었으면 불가능했을 것 같아요.”

무료 상담일 때는 도움을 받는 사람이기 때문에 상담자의 눈치를 보게 됐지만, 상담비를 내면서는 동등한 관계로 느껴졌다. 힘들거나 상태가 좋지 않을 때 내 의지에 따라 회기 조정을 요청할 수 있고, 종결 시기를 직접 결정할 수 있다는 점이 희진에게 특별하게 느껴졌다.

### (3) 상담 후의 삶

#### 나의 연약함을 인정하고 드러내기

상담자의 격려를 받으며 희진은 스스로에 대한 기대감이 생기고 설렘했다. 타인에게 향해있던 시선이 자신에게 향하기 시작했다. 희진은 상담이 매주 오는 쓰레기 수거차 같다며, 쓰레기차에 자기 비난과 불신 같은 것을 버렸고, 자기 신뢰, 지지 등 돌봄을 채워 넣었다.

“상담을 받으면서 변화가 됐던 건 이전에는 ‘사람들이 잘못된 거야.’라는 게 되게 컸어요. 그래서 누가 ‘너가 잘못됐어.’라고 하면 바로 받아칠 그런 방어를 준비했다면 어느 순간 내가 이럴 수밖에 없던 이유를 발견하게 되고, 나를 이해하게 되면서.. 상대방이 어떤지보다 나를 먼저 보게 되는 과정, 시선을 안으로 돌릴 수 있었던 거죠. 세상과 사람은 어차피 우리가 바꿀 수 있는 영역이 아니니까 나를 바꾸는 게 상담. 나를 바꿔서 어쨌든 최악의 사람을 만나도 그래도 최선의 선택을

하면서 살아갈 수 있도록 그게 상담을 하면서 연습할 수 있는 거 같아요.”

희진은 상담자와의 관계에서 자신의 실수, 연약함을 보여도 버려지거나 비난받지 않는다는 것을 경험했다. 있는 그대로 나를 보여도 괜찮구나, 수용 되는구나를 경험한 희진은 자신을 그대로 내보일 용기가 났다. 희진의 변화를 주변에서도 알아차렸는데, ‘이러면 안 돼. 버림받을 수 있어.’라는 생각으로 철벽을 세웠던 모습에서 지금은 편안해 보인다는 얘기도 들었다. 희진은 오프라 윈프리가 자신의 상처를 사람들에게 알림으로써 그 상처에서 회복되고, 그 행동으로 인해 비슷한 상처가 있는 사람들도 치유되는 것처럼, 자신의 이야기를 통해 자신과 비슷한 자립준비청년들이 용기를 얻을 수 있으면 좋겠다고 하였다. 버림받지 않기 위함이 삶의 원동력이라고 했던 희진은 이제 본래 모습 그대로도 괜찮다는 마음을 키워가고 있다며 밝게 웃었다.

## 2) 김지수의 이야기

### (1) 어린 시절 이야기

지수가 6살 되던 무렵, 부모의 이혼과 아빠의 재혼으로 지수는 새엄마와 이복동생과 함께 살기 시작하였다. 함께 살기 시작한 순간부터 새엄마의 폭력이 시작되었다. 하루는 새엄마가 지수에게 아세톤을 마시라고 했고, 못 하겠다는 지수 대신 아빠가 그 아세톤을 들이키고 응급실에 실려 갔다. 지수는 자신 때문에 아빠가 죽을 뻔했다는 죄책감에 고통스러웠다. 그 후 오랜만에 학교에 간 지수에게 담임선생님은 사정을 물었고 아동보호전문기관을 통해 가족과 분리 조치되며 14살에 쉼터로 가게 되었다. 지수는 학대로 인한 트라우마로 심리적 돌봄이 절실했지만, 쉼터는 그런 환경이 아니었다. 고통 속에서 지수는 병동에 입원하게 되었고, 퇴원 후 할머니와 살았다. 19살 때, 할머니의 치매 증상이 시작되어 지수는 할머니의 보호자가 되었다. 공장, 마트, 보안 업무를 하며 할머니를 보던 지수는 자립과 동시에 돈 관리 문제에 부딪혔다. 더구나 할머니가 요양원에 가시고 나서부터는 오롯이 혼자가 되었고 그 적막함과 외로움을 견디기 힘들었다. 정서적 공허감은 충동적인 소비로 이어졌고 빚도 지게 되었다.

### (2) 상담의 시작

지수에게는 자발적으로 상담센터에 전화를 건다는 것이 쉽지 않았다. 부모는 힘들어하는 지수에게 ‘죽을 용기가 없어서 저런다. 창피한 줄 알아야지’라고 했고, 상담을 받는다는 것은 그 말을 인정하는 것 같았다. 지수는 죽지 않으면 죽을 것 같은 고통 속에, 죽기 전에 마지막으로 상담을 받아봐야겠다고 생각했고 갖고 있던 청소년상담복지센터 연락처로 전화를 걸었다.

## 피하고 싶은 이야기들과 상담자의 닷 내리기

지수는 상담 초기에 자꾸 가벼운 얘기를 하면서 주제를 돌렸다. 두 번째 상담 날, 아빠가 자기 대신 아세톤을 마신 날의 이야기를 하며 죄책감이 든다고 하던 중 과호흡이 왔다. 119에 실려 갈 정도로 지수는 마음속 이야기를 꺼내는 게 어려웠다. 지수는 상담자가 자신을 힘들어 해서 상담을 그만둘 것 같았고, 상담을 중도 종결하였다. 몇 달 후, 지수는 새로운 상담자와 다시 상담을 시작하였지만 매주 같은 시간에 상담하러 가는 것부터가 쉽지 않았다. 일어나니 상담 시간이 10분 남아 택시를 타고 가거나 아예 늦어서 못 가겠다고 하는 적도 많았다. 그런 지수를 기다려주는 상담자와의 관계 안에서 지수는 점차 상담 일정도, 일상의 생활 방식도 하나둘씩 자리 잡아가기 시작했다.

“전화해서 ‘늦어서 죄송해요, 안 갈래요.’ 하면 ‘괜찮아요, 와요’ 하시거든요. 가면 ‘올 수 있으면서 왜 안 온다고 그랬어요~’하시는 거예요. 뭐라 할 수도 있는데 그렇게 해주시니까 미안한 마음이 들고.. 안 늦어야겠다는 생각을 많이 했죠. 점점 맞춰지더라고요 시간이. 하루 일정을 보면서 규칙적으로 일어나고 원래 낮밤 바뀌고 이틀에 몰아 자고 했는데.. 상담에 맞춰 잘 나가게 됐어요.”

지수는 두 번째 상담자와의 관계에서도 눈치를 많이 봤다. 상담자가 자신을 업무로써 대하는지, 아니면 그 이상으로 자신을 소중하게 생각하는지 늘 확인하고 싶어 했고, 자신을 못마땅하게 보는 것처럼 상담자도 자신을 나쁘게 볼 것 같았다. 상담자는 지수가 부모에게 반복적으로 들으면서 내면에 자리 잡은 부정적인 자기개념을 수정할 수 있도록 도왔고, 지수는 점차 자신에게 따뜻하고 지지적인 시선을 조금씩 보내기 시작했다.

“현실적인 돈, 살 이런 얘기는 잘 안 했거든요. 쌤이 물어보면 피하고.. 그러다 말했어요. 내가 나를 창피하다고 생각해서 쌤도 그렇게 생각할 것 같다. 쌤은 아니다, 그렇게 생각 안 한다면 수정해주시고 그게 날 학대한 엄마아빠가 한 말들을 바탕으로 한 생각이라는 걸 좀 알게 됐어요.”

지수가 얘기하기를 주저할 때마다 상담자는 넘어가지 않고 재차 물으며 중심을 잡고 얘기할 수 있도록 도왔다. 지수가 스스로 감당하기 어려운 만큼의 빛을 지게 되었을 때, 몇 주를 망설이다 힘들게 털어냈다. 자신을 비난할 것 같았던 예상과 달리, 상담자는 같이 고민하고 해결할 방법을 찾으려 했고, 또 충동이 올라올 때 어떻게 할 수 있을지 방법을 찾아가 보자고 했다. 지수는 자신을 한심하게 보지 않고, 함께 고민해주는 상담자를 보며 안정감을 느꼈다.

“이런 거 얘기해도 내가 생각한 만큼 선생님이 날 막 싫어하거나 막 이상하게 생각하지 않는구나 (중략) 오롯이 혼자, 나 혼자 책임져야 되는 거라고 생각을 했는데 같이 얘기하고 나누니까..”

연구자는 지수와 두 번째 상담자와의 관계가 안정적으로 느껴졌다. 괜찮다며 다독여주는 모습이 지수에게 참 따뜻했을 것 같았다. 그러면서 문득 이 상담자와는 과거 아세톤 일을 나눌 수 있었을지 궁금해졌다. 지수는 다시 상담에서 이야기한 날을 생생하게 기억한다며, 반복되는 죄책감에 힘들었던 지수는 상담자와 1년 반 정도 되던 즈음, 다시 이야기를 해보고 싶었다고 했다.

“한 번 이야기 했을 때, 그런 위급한 상황이 있었던 말이에요. 그러면 내가 평생 그 이야기를 봉인해야 할 것 같은 느낌인 거예요. 난 아직도 죄책감이 들고 아빠 때문에 힘들고 가족 때문에 힘든데.. 그래서 이야기를 해야겠다 생각했어요. 그리고 어느 정도 내가 상담을 받은 지도 좀 오래됐고 그래서 해도 되겠다라고 생각했어요. 그날 좀 저도 많이 신경을 썼어요. 잠도 되게 충분히 자고 가고, 밥도 먹고, 약도 잘 먹고 컨디션을 잘 유지해서 갔던 것 같아요.”

상담을 마친 후의 기분에 대해 지수는 마치 부탁받은 중요한 결혼식의 사회 진행을 잘 마치고 나온 뒤의 후련함이라고 말하며 활짝 웃었다. 지수의 눈은 반짝였고, 뿌듯해 보였다. 연구자는 지수의 이야기를 들으며 상담에서 다른 사람에게 말하지 못하고 본인도 제대로 들어보지 못한 자기 삶을 이야기하는 것의 용기와 그 치유적 힘에 대해 다시금 생각하게 되었다.

### 버려짐의 트라우마와 종결을 받아들이기

상담이 지속되는 동안 지수는 상담자의 동행이 힘이 되면서도 헤어짐이 올까 봐 긴장했다. 좋아지는 것 같으면 일부러 약을 중단하기도 하고, 잘 지낸다고 얘기하기 싫어 상담에 가기 싫은 날도 있었다. 상담자는 지수의 감정을 충분히 이해하고 수용해주었고 그 속에서 지수는 천천히 헤어짐에 대한 준비를 할 수 있었다. 3개월의 종결 준비 기간을 가졌지만 잘 헤어진다는 것의 경험이 없던 지수에게 종결은 여전히 두려웠다. 종결 후 한동안은 허전하고 아팠다. 지수에게 이별은 ‘버림받음’의 카테고리만 있었기에 상담자와의 이별도 버려짐으로 분류되는 기분이었다. 하지만 종결 후 시간이 흐르면서 지수는 점차 안정되어 갔다. 3년간 일관적이었던 상담자의 따뜻하면서 흔들림 없는 태도, 이해받고, 수용 받았던 순간들이 떠올랐다.

“마지막 날 종결하는 날에 같이 케익 먹고 편지지에 서로 편지 써주고 교환하고 헤어졌어요. 좋았어요. 특별한 종결이죠. 난 내담자일 뿐이지만, 결과적으로 내가 1순위가 아니니까.. 버려지는 게 맞지라는 생각이 있었는데 선생님이 그런 느낌 안 주려고 노력하신 거니까 지금은 버린 게 아닌 거 알아요. 지금은 그 썸도 저의 앞날을 응원해주실 거라고 생각해요.”

### (3) 상담 후의 삶

#### 내 마음을 알아주기와 일상을 돌보는 하루하루

지수는 상담에서 배웠던 자기돌봄과 일상을 규칙적으로 사는 것을 잊지 않고 실천하려 노력하고 있다. 우울해질 때 한숨 고르고 자신의 감정을 알아주었다. 또 규칙적인 수면시간을 지키고, 식사와 약을 챙겨 먹는 것도 신경 쓰고 있다. 매번 이러한 자기돌봄이 성공하는 것은 아니지만, 지수는 자신이 가진 삶에 대한 의욕과 용기를 믿는 마음이 전보다 커졌다고 하였다. 지수는 자신이 3년 반이나 되는 장기간의 상담을 받을 수 있었던 것에 대해 자신이 살아야겠다는 의지가 강했고, 상담에 무단으로 결석한 적이 한 번도 없을 정도로 성실하게 임했던 것이 영향을 줬다고 생각한다고 하였다. 또 도움을 청하는 것이 이제는 용기라고 믿으며, 필요할 때 도움을 청하는 것이 훨씬 편해졌다.

### 3) 최영아의 이야기

#### (1) 어린 시절 이야기

영아 1살 무렵, 아빠의 음주와 도박, 폭력을 견디기 힘들었던 엄마는 야반도주하셨다. 우여곡절 끝에 영아는 다시 엄마에게 보내졌지만, 엄마는 일해야 했고 영아는 친척 집과 외할머니 집을 전전하며 생활했다. 5살이 되어서야 엄마와 살게 되었지만, 엄마가 밤에 출근하고 나면 어린 영아는 혼자 밤을 견뎌야 했다. 영아가 중학생이던 어느 날, 엄마가 연락이 안 되었다. 며칠 후 경찰이 엄마를 발견했고 범죄로 인한 사망임을 확인해주었다. 영아는 이 일을 어떻게 받아들이고 살아가야 하는지 알지 못했다. 그 무렵, 아빠는 동네 사람과 시비가 붙어 감옥에 수용되었다. 한순간에 부모를 모두 잃게 된 영아는 고작 15살이었다. 이후 이모네서 이모, 이모부와 영아 셋이서 생활하였지만, 의식주만 해결됐을 뿐, 대화나 정서적 교류는 없었다. 영아는 힘든 일을 겪었을 때 어떻게 자신을 돌보고, 위로해야 하는지 배울 수 없었다.

#### (2) 상담의 시작

영아는 빨리 취업해 이모 집에서 나가는 것만을 목표로 달렸다. 영아는 취업상담센터에 갔다가 학생상담센터에서 상담받을 수 있다는 것을 듣고 호기심에 방문하였다. 10년 전 일이지만 불편했던 느낌은 선명하다. 영아는 진로에 대한 얘기를 하면서 자연스럽게 살아온 얘기도 했다. 영아는 누군가에게 이런 얘기를 하는 과정 자체가 낯설고 어려웠다. 그러다 보니 영아는 자꾸 질문하는 상담자가 불편했고 답답하게 느껴졌다. 결국, 2회기 만에 상담을 그만뒀다.

“그때는 진짜 아~무것도 제 자신에 대해 소개하라 해도 아무 말도 못 할 정도로 아무 것도, 상상 이상으로 뇌사 상태가 아닌가 싶을 정도로 멈춰있는, 내가 누구인지, 아무것도 모르는데.. 그때 저한테 ‘고민이 뭐예요?’ 하면 아무 대답도 못 하는 거예요. 생각이 없었으니까. ‘없는데요, 글썄요.’ 그랬던 거 같아요. 대화가 되는 수준이, 대화할 상태가 안 됐던 상태였어요.”

취업이라는 절실했던 목표가 해결되자 영아는 자신을 알고 싶은 마음, 잘 살고 싶은 마음이 컸다. 하지만 잘 산다는 것이 어떤 것인지 알기 어려웠던 영아는 여러 교육을 열심히 찾아다니며 들었고, 거기서 시설 퇴소 자립준비청년 B를 만났다. 영아는 그제야 자신이 ‘자립준비청년’임을 알게 되었다. 그 후 죽을 뻔한 사고, 암 수술, 주변인들과의 관계 단절 등을 겪으며 영아는 점차 무너져내렸다. 그동안 환경 탓을 하는 대신 자신이 할 수 있는 것들을 하며 열심히 살아왔는데, 세상은 자꾸 자신을 끌어내리는 것만 같았다. 세상에 대한 분노와 원통함이 터졌고, 결엔 아무도 없었다. 그럼에도 그때 영아가 상담받아야겠다고 생각하지 못했던 것은 자신이 도움이 필요한 만큼의 상태라는 걸 알지 못했기 때문이었다. 마음의 고통은 점차 몸으로 나타나기 시작했다. 일하다가 숨이 쉬어지지 않아 화장실에 갔는데 그때 거울에 비친 자기 얼굴이 잊히지 않는다고 말하는 영아의 얼굴은 슬퍼 보였다.

“이게 일반적인 사람들에 비해서는 되게 힘든 상황인 건데, 항상 어릴 때부터 불안하고 혼자 있고 외롭고 항상 이랬잖아요. 그니까 이게 그냥 내 삶인 거예요. 이게 되게 힘든 거구나라고 인지조차 못 하는 것 같고 그 어린 나이에 그런 일들을 겪었을 때도 주변에서 상담을 권해주거나 도움을 주거나 이런 경험이 없었으니까... 나도 상담이 필요하다고 생각을 못 했던...”

그러던 중, 한 정신과 전문의가 무료로 진행하는 교육을 신청하였는데 알고 보니 집단상담 처럼 진행되는 교육이었다. 과거를 탐색하고 자유연상 과제를 하면서 자기를 이해하는 시간이었지만 영아는 도통 뭐가 떠오르지 않았다. 영아는 자신이 도움이 필요한 상태임을 알게 되었지만, 상담비가 너무 비싸 상담을 받는 것은 불가능했다. 자립준비청년을 위한 여러 가지 지원 정책들은 대체로 자립 후 5년 이내인 자로 한정되어 영아에게 해당되지 않았다. 어느 날 자립 후 기간에 상관없이 5회기 상담을 지원한다는 공고를 보고, 영아는 부리나케 신청했다. 먼저 심리검사를 하고, 두 번째 날 설레는 마음으로 갔는데 처음 보는 사람이 상담자라며 자신을 소개했다. 영아는 검사자에게 했던 얘기를 또다시 상담자에게 반복해야 했는데 가뜩이나 짧은 회기가 아깝게 느껴졌다. 영아는 상담자에게 혼자 있는 게 힘들고, 뭘 해야 할지 모르겠다고 털어놨다. 그 이유를 탐색하는 과정에서 살아온 이야기를 했으나, 상담자는 다들 것이 많아 4회기로는 이야기를 모두 나누기 어렵다고 했고, 직장 동료들과의 관계 문제에 초점을 맞추자고 했다. 영아는 아쉬웠지만 어쩔 수 없다고 생각했다.



### 항상 원하고 찾았던 어른을 만남

돌이켜보면 영아의 삶 속에서 영아가 어려움을 겪거나 힘이 들 때 곁에서 다독여주고 함께 해주는 어른이 한 번도 없었다. 늘 혼자 고민해야 하는 삶이었으니 누군가 답을 주는 어른이 있으면 좋겠다는 마음이 절실했다. 영아는 상담자와의 대화에서 자신이 사람들과 갈등을 잘 해결하지 못하고 날 서게 반응하는 모습을 알게 되었다. 사실 영아는 갈등을 해결하는 다른 방법이 뭐가 있는지 알지 못했다. 상담자는 영아에게 여러 다른 대처 방법을 알려주었다.

“선생님이 ‘그럴 때는 이렇게 대처해보면 좋지 않을까요?’하고 방법 같은 걸 알려주시기도 하고…. 솔직히 그런 걸 누군가한테 이렇게 얘기하고, 또 이럴 때는 어떻게 하는 거야 하고 알려주는 사람이 없었으니까. 근데 들어주시고, 해결 방법도 같이 고민해주는 사람이 있는 것 같고, 그게 되게 많이 도움이 됐던 것 같아요. 같이 고민해주는 느낌이랄까 그래서 더 좋았어요.”

### 쿠션을 대는 듯한 부드럽고 섬세한 상담자의 말

영아는 상담자가 이전에 만났던 전문의나 검사자와 다르게 느껴졌다. 영아가 아직 인식하지 못한 영아의 모습이나 상황에 대해 알려줄 때도 상담자는 조심스러웠다. 상처 나지 않게 폭신 폭신한 쿠션을 대고 다가오는 상담자의 말은 부드럽고 섬세했다. 영아가 그간 경험했던 어른들과 다르게 영아를 존중하며 조심스럽게 이야기하는 상담자의 공감과 반응은 따뜻하고 특별했다. 영아에게 상담은 나를 알아가는 과정이자 해결하고 싶은 어려운 문제들을 이야기할 수 있는 온전한 내 시간이었다. 하지만 5회기 동안 깊은 자기 이해보다는 현재 일상에서의 당면한 문제, 고민 위주로 얘기하기에도 시간이 부족했다.

“사실 5회기는 진짜 너무 짧아가지고…. 그 첫 타임은 뭔가 과거 얘기하면서 다 흘러보내잖아요. 그럼 이제 네 번인데 (한숨) 사실 뭘 이렇다 할 답을 찾을 수 있는 시간도 아니기도 하고.”

지원이 끝난 후에도 상담을 더 받고 싶었지만, 상담비가 부담되었다. 영아는 이런 현실이 서럽고 나중에 다른 상담자를 만나게 되면 같은 얘기를 반복해서 아까운 회기 수를 써야 한다는 것이 싫었다. 1년 후 동일한 지원 프로그램이 운영되었고 영아는 다시 10회기 상담을 신청했다. 영아는 지난번에 이어서 진행되었다면 좋았을 걸이라는 아쉬움이 들었다.

### 돌보지 못했던 내면의 아이를 만나는 과정

영아는 상담자가 “내가 그때 참 힘들었지, 그때 혼자인 게 참 외로웠어.”라며 마치 상담자가 자신인 양 이야기해주는 것이 좋다고 하였다. 영아는 요새 상담에서 자신이 돌봐주지 못했던 내면 아이를 다시 만나 그때 감정을 느끼는 것 같다고 하였다.

### (3) 상담 후의 삶

영아는 지난 5회기의 상담을 하며 스스로 사람들과 관계할 때 어떤 모습인지를 알게 되었던 점이 성과라고 생각했다. 관계에서의 초점을 나에게 두고, 내가 어떤 마음인지, 어떤 상태인지 신경 쓰고 있지만 이러한 부분이 변화되기에는 상담이 더 필요하다고 하였다.

#### 삶의 의미를 찾는 것은, 나의 뿌리를 내리는 것

영아는 자신을 이해하고 주체적으로 사는 것, 삶의 의미를 발견하고 이를 위해 노력하며 사는 삶을 꿈꾼다. 영아는 자기 경험을 적극적으로 알리고, 자신과 같은 후배들을 돕기 위해 노력하고 있다. 상처였던 자기 경험이 누군가에게 도움이 되고 희망의 씨앗이 될 수 있다는 게 영아는 행복하다. 아직은 그 과정에 있긴 하나, 상담자와의 대화 속에서 영아는 차단해버렸던 자신의 아픔을 조금씩 들여다보기 시작했고, 상처받았던 자신을 이해하고 보듬어주기 시작했다. 불안정하게 떠다녔던 영아의 삶이 이제 뿌리를 내려 나가고 있었다.

“마냥 힘들고 부정적이기만 했던, 나를 진짜 힘들게 만들었던 나의 모든 환경들이 어쨌든 긍정화 돼서 쓰여진다는 경험을 하게 되니까…. 거기에서 오는 또 그런 게 있고, 아이들(멘티) 만나면 확실히 내면의 아이를 만나는 것 같아서 치유되고 있는 그런 기분이 드니까 너무 좋은 거죠.”

## 2. 자립준비청년의 상담 경험의 의미

### 허덕이는 일상의 벼랑 끝, 어떻게든 버텨내기 위해 나를 둘 곳을 찾아 해마다

참여자들은 보호 전부터 원가정에서 심한 외상을 경험하였고, 위탁가정에서는 적절한 돌봄과 양육을 받지 못하였다. 어린 시절부터 지속된 외상 경험에 더해 갑작스러운 환경의 변화, 그리고 가족을 잃거나 가족과 분리되어 힘들어하는 이들에게 괜찮은지 묻거나 심리상담을 권하는 사람은 위탁 가족 중 아무도 없었다. 참여자들은 자신이 보호대상아동이라는 사실을 알지 못해 관련 지원을 받을 수 있다는 것을 알지 못하였다. 이러한 ‘위탁가정’이라는 공간은 참여자들이 선택할 수 있거나, 바꿀 수 있는 영역이 아니었다. 희진과 영아는 자기결정이 가능한 성인이 되는 시기에 위탁가정과 절연을 결심하여 홀로서기에 나섰고, 지수는 자기 의사와 무관하게 할머니의 보호자가 되었다. 많은 청년이 대학 입학의 설렘과 새로운 세상에 대한 호기심으로 성인의 첫 발걸음을 떼는 것과 달리, 참여자들은 말 그대로 생존하기에 급급하고 일상에 허덕이는 모습으로 첫걸음을 뗐다. 스스로 챙기고 해야 할 것들은 많은데 어떻게 해야 하는지를 배운 적이 없고, 성장하며 겪은 상처와 아픔은 치유되지 않아 쫓아가며 참여자

들을 더욱 벼랑 끝으로 내모는 듯했다. 참여자들은 일상을 살아내느라 자기를 돌보는 일은 생각할 여유조차 없었다.

심리적 고통이 극대화되어 일상생활이 마비되고 신체화로 드러나기 시작했지만, 이들에게는 주변에 도움을 청할 사람이 없었다. 희진은 자립의 과정에서 겪는 어려움에 대해 물어볼 수 있거나 자신에게 괜찮은지 물어봐 주는 어른이 없었다고 이야기하였다. 대상관계 심리치료를 발전시킨 도널드 위니컷은 이 세상에 홀로 존재하는 아이는 없다고 하며, 아이가 잘 성장하기 위해서는 아이 곁에 아이를 보살피는 누군가가 반드시 있어야 한다고 말하였다(Winnicott, 2000). 참여자들은 위태로운 일상 속에서 어떻게든 견뎌내기 위해 지푸라기라도 잡는 심정으로 상담센터를 찾게 되었다. 어렵게 만난 상담자였지만 항상 좋은 경험을 한 것은 아니었다. 그럼에도 상담센터를 여러 차례 재방문한 것에 대해 영아는 “애착을 형성할 사람을 찾아 헤맸던 것 같다.”, “내 말을 들어줄 사람은 이 사람(상담자)밖에 없는데”라고 하였고, 희진은 두 번째 상담자와의 경험이 괴로웠지만, 중도 종결하지 않고 정해진 15회기를 모두 갔으며, 그 후에도 다시 상담센터를 찾았다. 이처럼 이들은 일상을 버텨내기 위해서 마음 둘 곳을 찾아 헤맸고, 지푸라기라도 잡는 심정으로 상담자를 마주하게 되었다. 특히 자립 후 5년이 채 지나지 않은 때에 희진과 지수는 일과를 규칙적으로 유지하는 데 어려움을 보였는데, 상담은 매주 정해진 시간에 이루어진다는 점에서 이들은 상담에 오는 것 자체가 도전이자 훈련이 필요한 일이기도 하였다. 심리적인 조력뿐 아니라 수면 습관, 식사 등 일상적인 생활 전반에 대해 세심히 살피고 다루는 상담자의 노력이 참여자들이 상담 밖의 세상에서 일상을 살아나가는데 필요한 자양분이 되었다. 상담자와의 만남은 이들이 심리적으로 의지할 공간이 되었고, 자신의 상처를 마주하는 길을 조금씩 내주기 시작하였다.

### 두렵고 아프지만 느껴야 치료될 수 있음을 깨닫는다

인간의 정서 발달은 신뢰롭고 친밀한 어른이 아이 곁에서 아이의 감정을 민감하게 수용, 반영해주면서 아이가 자신의 감정을 인식하고 감정을 적절히 표현하고 조절하는 방법을 배우며 이루어진다(Rosen, 2018). 그리고 일관되게 정서적으로 반응하는 양육환경에서 아이는 자신을 가치 있고 중요한 존재라고 생각하게 된다. 참여자들은 한창 부모에게 어리광 부리며 사랑받을 나이에 혼자가 되었고, 부모에게 버림받았거나 환영받지 못한다는 상처, 부모의 죽음으로 인한 상실 등을 경험하였다. 무엇보다 외상을 겪은 어린 연구참여자들 곁에 이들의 마음을 세심히 살피며 따뜻하게 이야기 나눠주는 성인이 없었다. 정서 인식 및 발달은 현재 혹은 미래에 겪게 되는 타인과의 의미 있는 관계를 맺고 형성하는 데 영향을 주며, 무엇보다 자아존중감에 영향을 주게 된다(Rosen, 2018). 희진의 “자기 마음을 지키려고 되게 단단하게 눌러 놓는 게 있어요. 난 왜 이렇게 한번 생각하기 시작하면 한도 끝도 없으니까…. 그냥

아스팔트로 덮어두는 거예요.”의 표현에서 알 수 있듯, 혼자 오롯이 상처를 받아들이고 견뎌야 했던 참여자들은 감정을 차단하는 방법을 선택했다. 상처와 고통스러운 감정들을 묻고 단단히 덮어버린 채 성장한 참여자들은 그 때문에 생존할 수 있었으나, 잃어버리게 된 것도 많았다. 그들은 성인임에도 불구하고 자신의 정서 상태에 접촉하거나 알아차리는 것이 힘들었고, 그 과정은 혼자서 할 수 있는 일이 아니었다. 결국 억누르고 모른 척했던 고통이 참다가 터져서 신체 증상으로 나오거나 현실에 적응하는데 어려움으로 발현되었다. 참여자들은 자신의 상처를 너무나 오랜 시간 억압하고 외면했던 탓에 이를 꺼내고 다루는 것이 쉽지 않았다. 희진은 교회에서 진행했던 집단상담과 유사한 수련회에 참가했다가 감정적으로 동요되고, 이를 드러내는 것이 너무 불편하고 어려워 아무 말도 하지 않았던 기억을 이야기했다. 영아는 “아예 생각 자체가 어려웠거든요.”라며 처음 자신의 마음을 들여다보는 작업 중 어려웠던 경험을 이야기하였다. 상담 중에 말을 뱅뱅 돌리기도 하고, 화를 내기도 하며 저항했다. 특히나 상담자가 과연 자신을 평가하지 않고 이해해줄 수 있을까에 대한 걱정은 이들이 상담자에게조차 자신의 아픔을 꺼내서 보이는 것을 어렵게 만들었다. 실제로 자신의 과거 상처를 이야기하며 지수는 과호흡이 왔고, 희진은 실신하고, 해리 증상을 나타내기도 하였다.

참여자들이 만난 상담자들은 이러한 참여자의 모습에 다양하게 반응하였다. 참여자의 심리적 속도보다는 상담의 구조화를 지나치게 강조하거나, 좀 더 깊은 탐색을 하기보다는 표면으로 드러난 감정에 대한 공감만을 반복한 개입에 대해 참여자들은 아쉬움을 표현하였다. 참여자들이 긍정적으로 보고한 상담 경험에서 상담자는 지속해서 참여자와 정서적인 접촉을 시도하였고, 초점화된 질문과 다양한 방식의 탐색을 통해 마비된 아픔을 풀어내 갔다. 참여자들이 상담자를 믿고 용기를 내 잠겨있던 감정의 수도꼭지를 자신의 속도대로 풀었을 때, 이들은 마침내 자신의 아픔을 느낄 수 있었다. 이는 매우 고통스러운 과정이었지만 어디가 아픈지 상처를 확인하고, 쓰라림을 느껴야 충분히 돌볼 수 있고 치료할 수 있었다. 특히나 참여자들은 이러한 과정에서 자신의 일상이 흔들리기도 했지만, 상담을 기다리며 견디는 모습도 보였다. 또 상담 후에는 후련함과 내면의 아이를 만나서 안아주는 듯한 따뜻함을 느꼈다. 아픔을 마주하는 것은 그 자체로 그동안 외면해왔던 나 자신을 마주하는 것이기도 하였다. 상담자와 오고가는 대화는 자신을 알아가는 길을 내주었다.

### 관계에서의 상흔이 상담관계에서 반복되다

참여자들의 상담 경험 이야기 안에는 과거 원가족, 위탁가정에서 형성된 애착의 상흔이 자리하고 있었다. 대상관계이론의 한 분파인 자기심리학은 건강한 자기의 탄생과 성장 과정을 이론적으로 정립하고 있는데, 주로 생애 초기에 이루어지는 심리적 발달과정에 초점을 두고 있다(최영민, 2002). 자기에적 외상은 초기 주 양육자로부터 충분한 돌봄과 공감, 애정을

받지 못할 때 나타나는 것으로 자기 자신을 잘 진정시키지 못하고, 공허감과 우울감을 느끼게 된다. 또한, 스스로 응집된, 단단한 존재라는 느낌보다는 파편화되어있다고 지각한다(Kohut, 1978). 이것은 스스로가 괜찮은 사람이라는 느낌이 들기 어렵게 하고, 다른 사람의 시선이나 지적, 비판에 쉽게 위축되고 수치심을 느끼게 한다(김명찬, 2015). 참여자들은 영유아기부터 청소년기까지 반복된 안정적 관계 경험의 실패로 건강한 관계가 무엇인지를 경험할 수 있는 부모나 대상을 갖지 못했다. 그러다 보니 관계에서 긍정적인 기대를 하지 못하고, 대인관계에 어려움이 지속되었다. 더욱이 참여자들의 가정위탁 경험은 본인 자체로 환영받기보다 위탁 가족이 경제적 이득을 위해 마지못해 자신을 받아들여지게 되었다고 생각해 자연스레 세상과 타인에 대한 불신이 새겨졌다. 그러다 보니 이들은 상담자와의 관계에서도 끊임없이 상담자가 자신을 어떻게 생각하는지, 일로서 대하는 것인지 아닌지를 살피고 예민한 촉을 세우고 있었다. 또한, 상담자의 태도나 행동 하나하나에 의미를 두고 해석하는 모습도 보였고, 자신을 위한 상담 시간에 오롯이 자기의 이야기를 하는 것이 상담자의 시간을 뺏는 것 같고, 상담자가 힘들어할 것 같다는 생각에 불편해했다. 지수는 119에 실려 간 일로 상담자를 난감하게 만들어 자신을 싫어할 것 같아 다음 상담에 가지 않고 중도 종결하였다. 또한 자신을 그냥 사무적으로 일이기 때문에 만나는 내담자가 아닌 특별한 존재로 생각하길 바라고 있었는데, 상담자의 마음을 확인하기 위해 자살 예고를 하고 반응을 살피기도 하였다. 희진은 평가적으로 느껴졌던 두 번째 상담자와의 상담 시간이 괴로웠고, 평소 같았으면 상담에 가지 않음으로써 관계를 끊어냈을 것 같다고 하였다.

참여자들이 삶 속에서 경험한 헤어짐은 늘 일방적인 버려짐이나 상실이었다. 갑작스러운 관계의 단절을 여러 차례 반복하면서 버려짐에 대한 트라우마와 공포가 현재의 대인관계에도 영향을 주고 있었다. 내밀한 속마음을 이야기 나누는 상담에서는 버림받음에 대한 공포가 더욱 심하게 나타났다. 지수는 자신이 너무 울고 자꾸 늦어서 자신을 싫어해 종결이 될까 봐 혹은 전보다 상태가 좋아져서 이제 그만해도 된다고 할까 봐 불안해했다. 희진은 첫 번째 상담에서 상담자의 사유로 종결하게 되었을 때 “상담사님이 먼저 끊어내는 게 좀 안 좋은 것 같아요. 뭔가 제가 탈락된 것 같고…”라고 하였다. 애착 이론에서는 상담에서 상담자와 충분히 안전한 내적 기지가 확립되고, 가치 있는 관계를 발전시킬 수 있는 능력이 생기면 내담자는 상담자를 잊지는 않더라도 떠날 수 있다고 보았다(Gomez, 2008). 충분히 시간을 들여 종결할 때까지 세심하게 작업을 하였을 때, 지수는 상담자에게 자신이 버림받은 것이 아님을 믿을 수 있었다. 희진은 세 번째 상담자가 종결에 대해 희진의 의사를 먼저 물어봐 주었던 것이 좋았다고 하였다. 희진은 상담자가 자신의 의견을 먼저 들으려 하고 그 후에 상담자의 의견을 얘기하였는데, 헤어짐을 같이 정한다는 생각이 들었다며 상담자가 일방적으로 관계를 끊거나 나를 버리지 않을까 걱정하지 않아도 되어서 안심이 되었고 나중에 종결하

더라도 잘 헤어질 수 있을 것 같다고 하였다.

### 온전한 내 편이자 거울인 상담자와 함께 관계와 나를 알아나간다

Bowlby는 심리상담의 주된 과제에 대해 치료적 관계의 신뢰성과 일관성 속에서 안전기지를 만드는 것이라고 보았고(Bowlby, 1977). 내담자는 상담자의 반응성과 공감에 대해 어느 정도 신뢰감을 느낄 때 자신의 과거와 현재의 내적인 세계와 외적인 세계를 탐구하기 시작하게 된다(Gomez, 2008). 참여자들은 상담자가 자신이 살아온 삶에 대해 인정해주고, 자기 이야기를 주의 깊게 들어서 다음 회기에도 기억하고 있을 때, 또 스스로 생각하기에 부끄럽거나 잘못했다고 생각하는 행동을 이야기하더라도 판단하거나 비판하지 않고 일관된 태도로 고통과 어려움을 공감할 때 상담자를 신뢰하기 시작했고, 상담 관계가 깊어졌다. 위태롭게 흔들리는 참여자를 상담자가 온전한 편이 되어 지탱해주었다. 희진과 지수는 자신도 이해하지 못한 실수를 했을 때, 감당하기 어려워 도망치고 싶은 마음을 누르고 상담자와 의논하러 상담실에 갔고, 영아는 관계에서의 갈등이 일상을 잠식시켰을 때 자신이 어떤 마음인지 중심을 잡고 싶어 상담 시간을 손꼽아 기다렸다. 상담실에서 있는 그대로의 자신을 마주하고 수용되는 경험을 하는 과정에서 참여자들은 그동안 이해되지 않던 자신의 끝없는 공허감과 불안정감의 근원을 이해하게 되고, 자신의 고통과 행동 방식 또한 차츰 알게 되었다. 그동안 시선이 다른 사람들에게로 향한 채 살아왔다면, 이제는 자기감정과 생각, 욕구를 살피게 되었다. 참여자들은 점차 자신에게 향하던 가혹한 말들과 행동 대신 자신을 다독이고 알아주며 자신을 스스로 돌보는 행동들을 하기 시작하였다. 익숙하지 않아서 서툴고, 혼자 있을 때는 다시 예전의 모습이 나오기도 했지만, 상담에서 다시 상담자와 이야기 나누고, 연습하면서 점차 자기돌봄의 의미를 발견해갔다. 연구참여자들은 상담자를 든든한 뒷배 삼아 자기 삶을 향해 조금 더 용기를 내어 항해를 시작할 수 있었다.

### 단단하게 뿌리내린 나를 돌보고 의지하며 의미가 있는 삶을 향해 여정을 계속하다

연구참여자들이 공통적으로 지닌 삶에 대한 의지와 의미 있는 삶을 향한 자기실현 경향성은 이들의 삶을 관통하고 있었다. 희진은 “저한테는 정말 잘 살고 싶은 마음이 있었어요. 그냥 눈 뜨는 대로 사는 거 말고, 정말로 좀 편안하고 안정감을 누리는 삶을 살고 싶다.”라고 하였고, 영아는 “삶을 주체적으로 살고 싶어서 제가 계속 뭘 하고 싶은지 모르니까 찾아보고, 이런 환경에서도 현실적으로 내가 뭘 어떻게 해야 할지 미래에 대해서 생각하고”라고 하였다. 믿고 의지할 수 있는 어른과의 대화와 깊은 관계 경험은 이들의 삶에 대한 생명력에 더욱 힘을 보탬 수 있었다. 마음이 불안정하고 힘들 때, 상담자와 했던 것처럼 자신과 대화하며 안정시키고 자신을 돌보았다. 그래도 힘이 들 때는 다시 상담을 찾아가기도 했으며, 도움이

필요할 때 다른 사람에게 의지하며 삶을 겪어나갈 수 있음을 경험하고 있었다. 연구참여자들은 의지할 곳 없어 흔들리던 과거와 달리, 이제 자기 뿌리를 단단하게 내려가고 있다. 또한, 자기 경험을 나누며 다른 자립준비청년들을 돕는 등 의미 있는 삶을 향해 각자의 여정을 나아가고 있다. 연구참여자 모두 자립준비청년 자조 모임이나 멘토링, 자립준비청년 정책 제안과 같은 활동들에 적극적으로 참여하고, 본 연구의 참여 목적 또한 자기 경험을 나눔으로써 다른 자립준비청년들에게 도움이 되었으면 하는 바람이 컸다. 영아는 “내 동생은 아니지만 어쨌든 같은 환경의 비슷한 친구들을 위해서 할 수 있는 게 뭐가 있지 않을까?”라고 했고, 지수는 자립준비청년 관련 정책과 서비스에 자신의 목소리를 내고 반영되어가는 것에 의미를 느낀다고 했으며, 버림받지 않는 것이 삶의 원동력이었다는 희진은 이제 자신의 아픔을 통해 자신과 타인들이 치유되길 바라며 자립준비청년을 위한 다양한 활동에 힘쓰고 있다.

## IV. 논의 및 제언

본 연구는 자립준비청년의 상담 경험이 어떠했고, 그들의 삶 속에서 어떤 의미였는지 참여자의 이야기를 통해 이해하고자 하였다. 5가지 주제로 도출된 이들의 상담 경험의 의미를 토대로 심리·정서 지원 제도의 개선 및 실천적 영역에서의 함의에 대해 논의하고자 한다.

첫째, 본 연구참여자들의 심리적 어려움은 자립과 동시에 발생한 것이 아니었다. 참여자들은 보호조치가 이루어지기 전, 원가족과 생활할 때부터 이미 심한 외상을 경험하였고 이에 따라 보호 종료 후에도 대인관계의 어려움과 같은 대인 외상을 보이고 있었다. 즉, 이들의 심리·정서적 어려움은 삶의 맥락에서 모두 연결되어 연속선상에서 존재하였다. 이러한 점은 보호받게 되는 아동들에게 대인 외상 경험이 많을 가능성을 시사하며, 보호 기간 중에 이에 대한 심리적 지원이 연속선상에서 이루어져야 함을 의미한다. 따라서 이들을 위한 심리·정서적 지원은 단순히 자립 후 어려움에만 초점을 맞추어 좁은 시각에서 이루어지기보다 원가정에서 분리되어 보호체계로 연결될 때부터 연속성 있게 통합적으로 이루어지는 것이 필요하다. 또한 참여자들은 절절한 외로움과 일상을 살아내기 위한 분투 속에 마음 두고 의지할 곳을 찾아 지푸라기라도 잡는 심정으로 상담 장면으로 오게 되었다. 이에 상담 현장에서 자립준비청년 내담자들이 상담 장면에서 들어서는 맥락을 이해하고 이에 맞게 상담 계획을 세우는 것이 필요한데, 이를 위해서는 자립준비청년을 위한 심리적 지원이 보호 중일 때부터 분절되지 않고 체계적으로 연결되는 것이 중요해 보인다(류정희, 2021). 하지만 지금까지 자립준비청년의 심리·정서 지원 정책과 제도는 이러한 연계가 부족하고, 보호 체계 간 서비스의 차별성도 컸다(이상정, 2021). 개인 상담사 지정제도와 같이 밀착 지원 시스템이 구축된 영국의

사례를 참고하여 현재 우리나라도 기존의 제도들을 더 정교히 하고, 아동복지법 개정안 발의 등 새로운 제도를 도입하려고 노력하는 것은 고무적인데(김진수, 2023; 임혜현, 2022), 심리 지원 제도를 마련할 때 단기 회기로 지원되고 있는 현재의 심리상담 지원 서비스에 대한 고려도 필요하다. 참여자들은 모두 상담 지원 회기 수의 제한으로 여러 차례 상담을 받아야 했고, 그 과정에서 단기 상담의 한계가 존재하였다. 이들은 삶의 과정에서 부모와의 분리 및 상실과 위탁가정에서의 상처 등으로 신뢰로운 관계를 경험해본 적이 별로 없는 것으로 보고되는데(임세희 외, 2022; 정익중, 김주현, 2019), 그렇기에 이들이 상담자에게 자신의 힘든 과거 이야기를 내어놓는 것은 쉬운 일이 아니며 그 관계는 특별할 것으로 짐작된다. 그런데 단기 상담의 지원이 반복되면 이들은 같은 이야기를 다른 상담자에게 매번 반복해야 해서 또 다른 심리적 상처가 될 위험이 있으며(홍혜교, 2017), 이들의 어려움에 적합하지 않은 상담의 방향으로 이루어질 가능성이 있어 보인다. 따라서 상담 지원 회기의 다양화와 더불어 선행 상담 기록이 유기적으로 연계될 수 있도록 체계적인 제도의 마련이 도움이 될 것으로 생각된다.

둘째, 자립준비청년의 특성을 고려하여 심리상담 지원을 확대하고, 자립준비청년이 필요한 경우에 상담 지원을 요청할 수 있도록 제도적 지원이 요구된다. 연구참여자들 모두 공통적으로 무료 심리상담 지원 서비스를 통해 상담 장면에 진입하였다. 이는 상담비 지원 없이는 이들이 현실적으로 상담 장면에 진입하기 어려운 점을 시사한다. 따라서 현재 확대되고 있는 심리상담 지원 제도와 관심이 지속해서 이루어질 필요성이 있고, 특히 자립준비청년의 심리적 특성을 고려하여 지원 제도를 보완하는 것이 필요하다. 본 연구에서 참여자들의 낮은 자기 이해 수준과 감정 억압, 접촉 실패가 상담 장면에서 상담관계 형성의 어려움, 상담 동기 저하, 상담 기간의 장기화 등에 영향을 주는 것을 확인하였다. 참여자들은 첫 상담 장면에서 자신을 표현하는 것이 어렵고 한계가 있었다. 이에 여러 번 심리적 작업을 하면서 자신에 대해 이해해 가기 시작하였다. 특히 상담이 필요하나 스스로 필요성을 아직 자각하지 못해 상담 장면에 진입하지 못하거나 도움의 필요성을 자각하더라도 정서적 발달의 미성숙함에 따라 상담 작업에 어려움을 느껴 상담을 중도 종결하는 등의 모습을 보이기도 하였다. 친인척 위탁 청소년이 청소년상담복지센터에서 위기 지원 서비스 중의 하나로서 상담받은 경험에 관해 살핀 연구에서도 이들이 어릴 때부터 정서적 반응을 해주는 어른이 없어 상담에서 감정을 알아차리고 이야기하는 걸 어려워했다고 보고하였다(장해영, 구자경, 2021). 이에 자립 직후에는 상담 지원이 필요하지 않다고 느꼈던 자립준비청년이라도 자신의 상황에 따라 이후에 언제든지 도움을 요청해 상담 지원을 받을 수 있도록 관련 제도를 마련하는 것을 제안한다. 영국의 개인 상담사 제도는 자립준비청년이 만 21세~25세 연령에 해당하면 언제든지 상담 지원을 요청해 곤경과 어려움에 빠졌을 때 다시 도움을 요청할 수 있다(임혜현, 2022). 이전의 상담 경험이



부정적인 경우, 이후 상담을 받는 것에 부정적이었다는 정정호 외(2021)의 보고가 있었지만, 본 연구의 참여자들은 좋지 않은 선행 상담 경험에도 여러 차례 다시 상담센터에 방문하였다. 이는 자립준비청년 각자의 일상적 상황과 심리·정서적 발달 수준에 따라 상담 장면에 접근하는 데에 각기 다른 시간이 필요함을 짐작하게 하며 제도적 차원에서 이를 보완하는 것이 필요할 것으로 보인다. 이와 더불어 자립준비청년을 만날 상담자의 역량 강화도 중요하다. 3명의 참여자들이 만난 다수의 상담자는 내담자의 속도와 정서적 수준에 성공적으로 조율하기도 하였고, 실패하기도 하였다. 자립준비청년의 삶의 맥락과 심리·정서적 특성을 고려해 개입하기 위하여 자립준비청년을 만날 상담자를 교육하고 슈퍼비전을 제공하는 등의 노력이 요구된다. 이를 위해 보다 다양한 배경의 자립준비청년의 심리상담 경험에 관한 탐색적 연구와 자립준비청년을 상담하는 상담자들은 어떠한 경험을 하는지도 함께 연구될 필요가 있다.

셋째, 자립준비청년의 심리·정서 지원을 위해서 심리상담, 멘토링 및 커뮤니티 마련 등 다양한 사회적 지지자원을 구축하는 것이 필요하다. 원가족이 존재하지 않거나, 가족으로부터 도움을 받기 어려운 가정외보호 청소년의 경우, 부모보다 타인의 도움이 효과적이며 이와 같은 사회적 지지가 자립준비청년의 보호 요인 역할을 할 수 있으며 자립 과정에 긍정적인 영향을 줄 수 있다(김명성, 2013; 김지선, 2021; 정익중, 2018). 사회적 지지망은 친구나 직장 동료 그리고 멘토 역할을 할 수 있는 사회적 관계를 통해 형성된 사람들과의 교류를 뜻하는데, 본 연구를 통해서 상담자와의 관계가 사회적 지지 세력이 되어 이들의 내적 자원이 되는 것을 알 수 있었다. 참여자들은 공통적으로 자립 후 ‘혼자가 됨’을 가장 힘들어하였는데 그러한 의미에서 온전한 내 편인 상담자와의 관계는 이들에게 건강한 사회적 지지 중 하나가 될 수 있는 것으로 보인다. 이에 더해 자립준비청년의 정서적 자립을 돕기 위해 심리상담 지원뿐 아니라 자조 집단 운영, 멘토링 프로그램 확대나 지역사회 차원에서의 연계 강화 등 이들의 사회적·관계적 지지자원을 마련해주는 것이 필요하다. 이러한 상호 지지체계 구축은 연고가 취약한 자립준비청년에게 매우 중요한 사회적 자본이고(강현주, 홍나미, 박주혜, 2020), 자립준비청년이 보호 종료 후 자립해 가는 과정에서 모델링이 될 수 있는 사례들을 제시함으로써 이들에게 모방을 통한 성장의 기회를 제공할 수 있다(김명성, 2013). 본 연구의 참여자들 또한 모두 자립준비청년 관련 커뮤니티에 소속되어 있었으며, 과거 보호를 받던 보호대상아동에서 이제는 자신과 유사한 사정의 다른 자립준비청년 후배들을 도울 수 있는 기회에 자신의 목소리를 내며 적극적으로 나서고 있었다. 이들은 자립 과정에서 자신이 겪었던 어려움을 바탕으로 후배들에게 실질적인 조언과 도움을 주고 싶다고 하였는데, 특히 같은 시설에서 생활하다 자립해서도 연락을 나눌 수 있는 시설보호 자립준비청년과 달리 자립 후 교류할 사람이 적은 가정위탁 보호 자립준비청년을 위한 교류의 장이나 커뮤니티를 마련하고 지속적인 운영 및 관리가 이루어지길 필요가 있다.

넷째, 자립준비청년의 심리·정서 지원 복지 서비스 접근 강화에도 적극적인 노력이 필요하다. 본 연구의 참여자들은 모두 가정위탁 보호를 받았는데, 대체로 심리지원 서비스에 대한 정보 접근에 어려움이 있었다. 참여자 중 연령이 가장 어린 지수의 경우에만 학창 시절 아동보호전문기관에서 청소년상담복지센터로 연계가 되어 무료 상담 기관에 대한 정보를 알고 있었으며, 적시에 필요한 상담 지원을 안정적으로 받을 수 있었다. 반면, 희진과 영아는 직접 종교단체나 인문학 강의, 심리 관련 집단 교육을 찾아다녀야 했는데, 다른 보호 체계 자립준비청년과 달리 스스로 정보를 찾지 않으면 접하기가 어려운 현실에 아쉬워하였다. 이에 가정위탁 자립준비청년을 대상으로 심리 정서 지원 서비스에 대한 홍보가 더욱 다각적으로 확대될 필요가 있다. 국가가 부모를 대신하여 보호대상아동들을 양육하고, 일정 연령에 도달할 시 자립하도록 여러 다양한 제도를 마련하였다면, 그러한 지원 제도를 충분히 활용하여 자립할 수 있도록 복지서비스 접근 강화에도 적극적이어야 한다.

본 연구는 내러티브 탐구 방법을 통해 3명의 자립준비청년이 각각의 삶의 여정 속에서 상담에 진입하는 과정, 상담 중의 경험, 상담 종결 후의 모습을 깊이 있게 들여다본 것에 의의가 있다. 자립준비청년이 겪는 상담 진입 과정의 실질적인 어려움과 상담 장면에서의 구체적인 경험, 상담 후에 분투하며 주체적 삶을 살아가는 모습까지 담은 본 연구를 통해 자립준비청년의 심리·정서적 지원 정책 수립과 상담 개입 시에 유용한 자료가 될 것으로 기대한다. 한편, 본 연구는 다음과 같은 한계를 지니고 있다. 첫째, 본 연구자는 연구 전반에 걸쳐 면담자/연구자로서 역할 하고자 노력하였으나, 동시에 상담자로서의 정체성을 가지고 있다. 이에 전체 연구의 해석과 논의에 있어 제한이 있을 수 있다. 둘째, 본 연구는 내러티브 탐구 방법의 특성상 일반화에 관심을 두고 진행한 연구는 아니나, 연구참여자 모집의 어려움으로 위탁가정에서 보호가 종료된 참여자의 경험만이 탐색 되었다는 제한점이 있다. 또한, 모집된 연구참여자 모두 보호자와의 분리에 더해 극심한 대인 외상 사건을 경험하였으나, 자립준비청년 모두가 대인 외상 사건을 경험하는 것도, 이들과 동일한 어려움을 경험하는 것도 아니므로 자립준비청년이라는 대상이 아닌 이들의 상담 과정에 대한 경험과 그에 대한 의미에 초점을 두고 주의하여 본 연구 결과를 해석하고 활용하는 것이 필요하다. 셋째, 본 연구는 내러티브 연구방법론의 맥락에서 상담 진입 과정에서부터 상담 후의 경험까지 탐색하다 보니 이들의 ‘상담경험’만의 탐색이 부족한 한계가 있다. 더불어 본 연구의 참여자들은 20대 중후반으로 보호 종료 후 시간이 다소 경과한 상태였다. 대부분의 자립준비청년들이 후기 청소년기에서 초기 성인기에 보호가 종료되는 것과 자립 후 5년까지가 자립지원 대상인 점을 고려할 때, 후기 청소년기 자립준비청년을 대상으로 심리상담 경험을 탐색하는 후속 연구가 이루어지기를 제언한다.

## 참고문헌

- 강현주, 홍나미, 박주혜 (2020). 보호종료아동의 자립역량강화 사업 참여경험에 관한 연구. **청소년복지연구**, 22(3), 1-36. doi:10.19034/KAYW.2020.22.3.01
- 권지성, 정선옥 (2009). 아동양육시설 퇴소생의 퇴소 후 생활 경험 연구. **한국사회복지학**, 61(3), 229-253. doi:10.20970/kasw.2009.61.3.010
- 김명성 (2013). **시설퇴소청소년의 자립과정에 관한 연구**. 서울여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김명찬 (2015). 나는 왜 서울대학교 박사가 되어야 했나? **교육인류학연구**, 18(2), 163-195. doi:10.17318/jae.2015.18.2.005
- 김미영, 최정숙 (2022). 아동양육시설 보호종료자의 자립 과정에 관한 질적 연구: 사회적기업 (주)브라더스키퍼 참여자 경험을 중심으로. **사회과학연구**, 33(1), 3-35. doi:10.16881/jss.2022.01.33.1.3
- 김지선 (2021). **가정외보호 종료 청소년의 외상후 성장과 자립**. 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김진수 (2023.05.11). 강은미, '자립준비청년지원법' 대표발의. **광주매일신문**. <http://www.kjdaily.com/1683801264601885054>
- 류정희 (2021). 아동·청소년 보호서비스의 연속성과 통합성 강화 방안과 과제. **보건복지포럼**, 7-21.
- 박혜지, 이정화 (2020). 가정위탁보호가 종료된 청소년들의 자립과정 경험에 대한 질적연구. **한국지역사회생활과학회지**, 31(1), 65-80. doi:10.7856/kjcls.2020.31.1.65
- 보건복지부 (2021) **보호종료아동 자립의 길 5년, 따뜻한 포용정책으로 동행 - 관계부처 합동, 「보호종료아동 지원강화 방안」 발표** -
- 아동권리보장원 (2022). **2021 아동자립지원 통계현황보고서**.
- 아동권리보장원 (2023). **2023 자립지원 업무매뉴얼**.
- 이상정 (2021). 아동·청소년 보호체계의 자립 지원 격차와 정책 과제. **보건복지포럼**, (296), 22-36.
- 이상정, 김지민, 류정희, 허은영, 박세경, 임성은, 김지연, 황정하 (2020). **보호종료아동 자립 실태 및 욕구조사**. 세종: 한국보건사회연구원.
- 이상정, 류정희, 김지연, 김무현, 정희선 (2019). **보호종료아동 자립수당 · 주거지원통합 서비스 도입방안 및 효과성 연구**. 세종: 한국보건사회연구원.
- 이슬기, 양성은 (2019). 공동생활가정 퇴소 청소년들의 자립에 관한 질적 연구. **한국생활과학회지**, 28(5), 449-461. doi:10.5934/kjhe.2019.28.5.449

- 이정애, 정익중 (2020). 가정외보호 퇴소청소년의 건강관련 경험에 관한 질적 사례연구. **한국 아동복지학**, 69(1), 81-109. doi:10.24300/jkscw.2020.3.69.1.81
- 이태연, 최은숙, 이세정 (2019). 아동양육시설 퇴소 후 청소년들의 생활경험과 자립 간의 관계에 대한 사례연구. **청소년학연구**, 26(4), 293-322. doi:10.21509/kjys.2019.04.26.4.293
- 임세희, 정선옥, 이상정, 윤진, 도운석, 심선용, 정석영 (2022). 자립준비청년 주체성 회복을 위한 자립지원통합서비스 변화 방향. **아동복지연구소 보고서**, 4, 1-107.
- 임혜현 (2022.08.28). [자립준비청년 홀로서기(下)] 지역사회와 ‘가깝게 머물기’...선진제도 핵심은 ‘정서적 유대’. 청년일보. <https://www.youthdaily.co.kr/news/article.html?no=109640>
- 장해영, 구자경 (2021). 친인척 위탁 청소년이 청소년상담복지센터에서 위기지원 받은 경험에 대한 내러티브 탐구. **질적탐구**, 7(3), 73-105. doi:10.30940/jqi.2021.7.3.73
- 정명희, 김명찬 (2018). 애착외상 생존자의 자기표상과 정서경험에 대한 협력적 자문화기술지. **상담학연구**, 19(6), 337-357. doi:10.15703/kjc.19.6.201812.337
- 정익중 (2018). 2017 아동공동생활가정 실태조사 연구. **아동공동생활가정 실태조사 발표 및 발전정책 방향 정책세미나 자료집**, 24-123.
- 정익중, 김주현 (2019). 가정위탁종결청소년의 자립경험. **한국가족복지학**, 64, 131-163. doi:10.16975/kjfs.2019..64.005
- 정정호, 좌현숙, 김지선 (2021). **보호대상아동의 심리·정서적 자립역량 강화방안 마련을 위한 연구**. 아동복지연구소 보고서, 서울: 초록우산어린이재단.
- 제철웅, 장영인 (2019). 성인기 전이과정에 있는 보호대상 청소년 지원 방안 - 특별법 제정의 필요성을 중심으로. **서울법학**, 27(1), 35-77. doi:10.15821/slr.2019.27.1.002
- 최영민 (2002). 자아심리학과 대상관계이론의 비교. **仁濟醫學**, 23(4), 513-522.
- 최해연, 백지성 (2021). 보호종료아동의 심리증상, 자아정체감, 자아존중감에 심리상담이 미치는 효과 검증. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 8, 50-50.
- 황종인, 김장희 (2021). 아동양육시설 보호종료청소년의 자립경험에 대한 현상학적 연구. **교류분석상담연구**, 11(1), 47-67. doi:10.35476/taca.2021.11.1.47
- 홍영숙 (2015). 내러티브 탐구에 대한 이해. **내러티브와 교육연구**, 3(1), 5-21.
- 홍혜교 (2017). 시설보호아동의 상담경험에 관한 질적 연구. **아동부모학회지**, 3(1), 5-28.
- Allen, J. G. (2020). **애착외상의 발달과 치료** [Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma] (이문희 역). 서울: 박영스토리. (원서출판 2013)
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Clandinin, D. J. (2015). **내러티브 탐구의 이해와 실천** [Engaging in Narrative inquiry]. (염지숙, 강현석, 박세원, 조덕주, 조인숙 역). 파주: 교육과학사. (원서출판 2013)

- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2007). **내러티브 탐구** [Narrative inquiry]. (소경희, 강현석, 조덕주, 박민정 역). 파주: 교육과학사. (원서출판 2000)
- Gomez, L. (2008). **대상관계이론 입문** [An Introduction To Object Relations]. (김창대, 김진숙, 이지연, 유성경 역). 서울: 학지사. (원서출판 1997).
- Kohut, H. (1978). *The psychology of the self: A casebook*. Edited by Arnold Goldberg. New York: International Universities Press.
- Rosen, K. S. (2018). **사회 정서 발달 - 애착관계와 자기의 발달** [Social and Emotional Development: Attachment Relationships and the Emerging Self]. (유미숙, 이영애, 류승민, 박소연, 박현아 역). 서울: 시그마프레스. (원서출판 2016)
- Winnicott, D. W. (2000), **성숙환경과 촉진환경** [The maturational Process and The facilitating Environment - Studies in the Theory Emotional Development -]. (이재훈 역) 서울:한국심리치료연구소. (원서출판 1984)

## ABSTRACT

### A narrative inquiry about the meaning of counseling of youth transitioning out of foster care

Lee, Jeongwoo\* · Lee, Soyeon\*\*

This study sought to understand in-depth the experience of youth transitioning out of foster care who experienced psychological counseling after the end of their period of protection. To this end, unstructured in-depth interviews were conducted with three youths transitioning out of foster care with multiple psychological counseling experiences after the end of foster care. The interview lasted for six months from July to December 2022. The conducted interviews were recorded, transcribed and analyzed by the researchers using narrative inquiry method proposed by Clandinin and Connelly. As a result, the researcher derived the meaning of counseling of participants as <The cliff edge of a struggling daily life, looking for a place to put me to endure somehow>, <It's scary and painful, but I realize that I can only be cured when I feel it>, <The scars in the relationship are repeated in the counseling relationship>, <Get to know the relationship and me with a counselor who is completely on my side>, <To continue the journey toward a meaningful life, taking care of and relying on me who is now firmly rooted>. Based on the results, the study discussed the meaning of their counseling experiences and their implications. In addition, the significance and suggestions of these study results were presented.

**Key Words:** foster care, youth transitioning out of foster care, counseling, narrative inquiry

---

\* Sookmyung Women's University, leejw@sookmyung.ac.kr

\*\* Sookmyung Women's University, Corresponding author, leesy@sookmyung.ac.kr